

# ¡CEPILLO DENTAL GRATIS!

Envíe este cupón a:

Toothbrush  
NE PRAMS DHHS  
P O Box 95026  
Lincoln, NE 68509-5026

Nombre \_\_\_\_\_

Dirección \_\_\_\_\_



Pregnancy Risk Assessment  
Monitoring System

## Para Más Información Contacte:

NE PRAMS  
Lifespan Health Services  
Nebraska Department of Health and  
Human Services  
PO BOX 95026  
Lincoln, NE 68509-5026  
Tel. 1-877-873-1876  
[www.dhhs.ne.gov/prams/](http://www.dhhs.ne.gov/prams/)

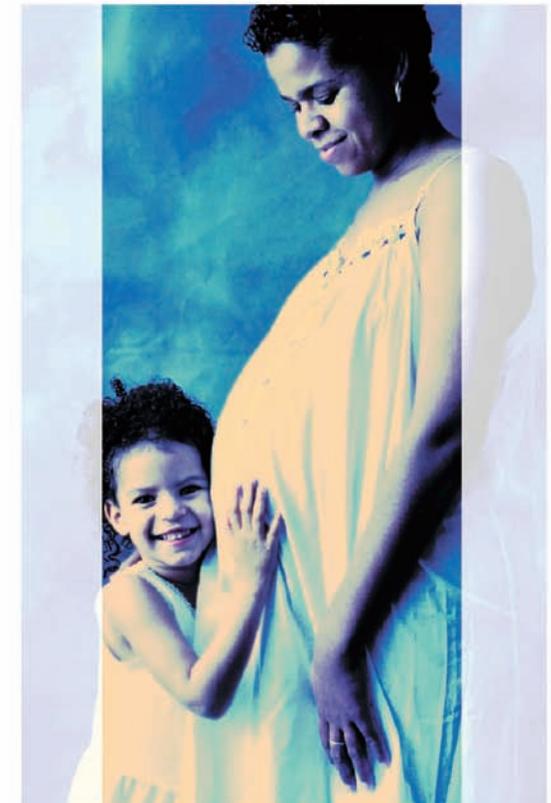


Revised March 2008  
TSU-04-08

1. Datos de 2004 de NE PRAMS (por sus siglas en inglés) Sistema para Monitorear la Evaluación de Riesgos de Embarazos de Nebraska. Oficina de la Salud Familiar, Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska.

NE PRAMS es una encuesta continua que recopila datos de mujeres de los eventos antes, durante y poco después de su embarazo.

# Si Usted está Embarazada Consulte con el Dentista



## Descubra Por Qué

## ¿Por qué es tan importante el cuidado de la salud oral?

El embarazo es el tiempo cuando usted necesita cuidar más de sus dientes y encías. Las acciones que usted toma pueden prevenir problemas orales además de afectar la salud general del nonato.

### Chequeos Dentales

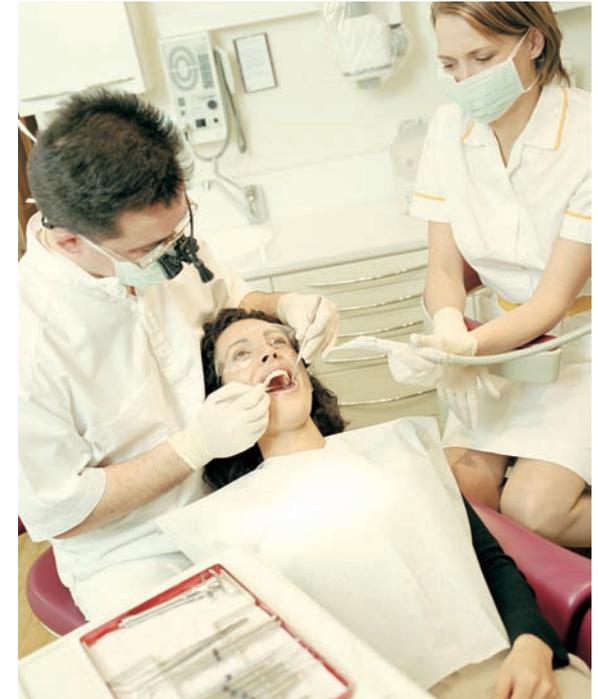
- ❖ Si usted está planeando embarazarse, consulte con su dentista para que cualquier posible problema pueda ser manejado antes del embarazo.
- ❖ Todas las madres que están embarazadas deben consultar con su dentista en el primer trimestre (1-12 semanas). Sin embargo, en Nebraska menos de la mitad (48%) de las madres embarazadas obtienen cuidado dental durante su embarazo.
- ❖ Se le urge que le avise a su dentista si usted está o piensa que está embarazada.
- ❖ Parar obtener ayuda sobre cómo localizar a un dentista, por favor llame a *Nebraska Dental Association* al (402) 476-1704 o visite al [www.dhhs.ne.gov/dental](http://www.dhhs.ne.gov/dental) para enterarse de las clínicas dentales de la comunidad.



Una en cada cuatro mujeres han reportado que necesitan consultar con un dentista debido a algún problema durante el embarazo pero solamente el 61% consultaron con un dentista por ese problema.

### Problemas Comunes de la Salud Oral Durante el Embarazo

- **Desangramiento de las Encías (Gingivitis):**  
La placa y el aumento de hormonas pueden causar que sus encías se inflamen. Si usted padece de encías enrojecidas, inflamadas, o adoloridas que sangran cuando se cepilla los dientes, consulte con un dentista.
- **Tumores del Embarazo (no cancerosos)**  
El sobrecrecimiento o inflamación del tejido de las encías entre los dientes se relaciona al exceso de la placa. Si esto ocurre, consulte con un dentista.
- **Pérdida del Hueso (Enfermedad Periodontal)**  
Las mujeres con la enfermedad periodontal son más probables para tener un infante prematuro o de peso bajo. Si usted no consigue cuidado para las encías inflamadas esto puede resultar en la pérdida de hueso alrededor de los dientes.
- **Caries de los Dientes – Usted y su Infante**  
Los niños pueden infectarse con caries dentales de sus madres cuando la bacteria que causa la caries se pasa al compartir utensilios para comer o limpiar el chupón con saliva. Evite la propagación de bacteria y acuda a sus consultas dentales regulares.



### ¿Cómo Puedo Prevenir estos Problemas?

- Deje de Fumar
- Asegúrese de consultar con un dentista para limpiezas regulares.
- Cepíllese los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor.
- Límpiense diariamente entre los dientes con hilo dental
- Pídele a su dentista o higienista dental consejos sobre cuidado para usted y su nuevo bebé